

JADŁOSPIS III DEKADA

Od 06.07.2025r. Do 15.07.2025r.

DZIEŃ		ŚNIADANIE 7.30–8.00 *alergeny	II ŚNIADANIE 10.30–11.00 *alergeny	OBIAD 13.30–14.00 *alergeny	PODWIECZOREK 16.30 – 17.00 *alergeny	KOLACJA 19.30–20.00 *alergeny
1	06 ndz	<i>Ser biały ze szczypiorkiem 100 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, DW chleb pszenny 200g 1* Jabłko 1 szt. Herbata 250 ml</i>	<i>Kopytka gnocchi z pesto, szpinakiem i gorgonzolą 300 g</i>	<i>Z: Pomidorowa z ryżem i zieleciną 400 m 7*,9* Mintaj smażony 200 g 1*,3* ziemniaki z wody z koperkiem 400g, surówka z kiszonej kapusty z zieleciną i marchewką 150g, syrop owocowy 250 ml DW+DBM : Ryba duszona z warzywami 300g 9* ziemniaki z wody 400 g</i>	<i>Kanapka z chleba tostowego z jajkiem sadzonym i bekonem 180 g</i>	<i>Salatka warzywna z majonezem, kukurydzą i groszkiem 375g, 3*,9* Chleb pszenno-żytni 200g, Chleb żytni 100 g 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml Mleko 250 ml</i>

2	07 sob	Kakao 250 ml Parówka 1 szt, 100 G ketchup 20 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g 1* kanapkowa 25 g, DBM: serek wiejski 150g 7* Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1* Sałata 40g	Jogurt z granolą, ananasem, mango i kiwi	Z: Zupa z soczewicy z dodatkiem warzyw, kielbasą i zieleniną 400 ml 1*,7*,9* Jaja z sosem musztardowym 2 szt 180 g, 1*,3*,7*,10* ziemniaki z koperkiem 400 g Surówka z marchewki z jabłkiem 150g, 9* syrop 250 ml DW + BM; zupa ziemniaczana z koperkiem 400 ml	Salatka z pieczonym kurczakiem, warzywami i fetą Bagietka czosnkowa	Szynka drobna 80 g, 1*,3*,5*,6*,7*,9*,10*,11* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25g, Herbata 250 ml BM. serek smakowy-120g 7* Pomidor 100g
3	08 wt	Makaron na mleku 400 ml Kielbasa zwyczajna 1 szt- 100g kanapkowa 25 g, musztarda 20 g Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* herbata 250 ml BM+DT: ser topiony 100 g DW: chleb pszenny 200g 1* Ogórek 100g	Jogurtowy ze szczypiorkiem i czosnkiem	Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml Spaghetti mięsne z makaronem duszone z warzywami 300g, 1*,3*,7* syrop owocowy 250 ml, DW: Spaghetti mięsno-warzywne gotowane z makaronem 300g 1*,3*,7*,9* DBM: Sos pomidorowy z cebulką, warzywami i makaronem 300g 1*	Bulka z szynką, serem i warzywami	Boczek faszerowany 100g kanapkowa 25 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Herbata 250 ml DC+DBM+DW+DT: ser topiony 100g 7* Sałata 40g
4	09 śr	Budyń 400 ml Krem czekoladowy 80g kanapkowa 25 g, Chleb pszenno-żytni 150 g 1*	Dal z soczewicy, chlebek naan 350 g	Z: Flaki 400 ml BM+DW+DC: Zupa jarzynowa 400 ml Kurczak duszony z warzywami (cebula, marchew, seler, por, papryka mix, zielenina) 200g	Niemiecka kanapka z mortadellą, serem,	Salatka jajeczna ze szczypiorkiem majonezem 2 szt. 120 g, 3*,7* kanapkowa 25 g,

		Chleb żytni 100 g Herbata 250 ml DW+DT: ser biały 100g 7* DC+DW: chleb pszenny 200 g Jabłko 1 szt		Ryż 120g Syrop owocowy 250 ml BM: gulasz sojowy 200g + ryż 120g	ogórkiem kiszonym i musztardą 200g	Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Herbata 250 ml Pomidor 100g
5	10 CZW	Płatki kukurydziane 400 ml Ser biały ze szczypiorkiem 100g 7* Chleb pszenno-żytni 150g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1*	Naleśnik zapiekany po meksykańsku 370 g	Z: Ogórkowa z zieleniną i śmietaną 400 ml 1*,3*,7*,9* Gołąbki w sosie pomidorowym, ziemniaki z wody z koperkiem 400 g, syrop wielowocowy 250 ml, DW: Pulpet gotowany w sosie pomidorowym z warzywami 180 g, ziemniaki 400 g, 1*,3* DBM: Gołąbek z kaszą i warzywami w sosie pomidorowym 180 g, ziemniaki 400 g, 1*,3*	Budyń czekoladowy 250g	dżem 50 g, ser żółty 30g 7* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, herbata 250 ml kefir 150g
6	11 pt	Płatki owsiane 400 ml Paszтет drobiowy 65g 1*,6*9*10* Chleb pszenno-żytni 150 g Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1* DBM+DT: serek kielbaska 100g 7* Ogórek kiszony 100g	Galaretka drobiowo - warzywna 250 g	Z: Fasolowa z kielbasą i cebulą 400 ml 1*, 7*, 9 DW+BM; zupa ziemniaczana z zieleniną i warzywami 400 ml Makaron z pieczarkami, parówką i warzywami (marchew, seler, pietruszka, natka, cebula) 345 g DW: makaron z sosem i parówką 345 g BM: makaron z sosem i pieczarkami 345g Syrop owocowy 250 ml	Pudding czekoladowy 200 g	Kielbasa kanapkowa 80g, 6* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DBM: paszтет sojowy 80g 6* Liść sałaty 40g

7	12 sob	Kakao 250 ml Jajecznicza ze szczypiorkiem z 2 jaj 100 g, 3* DC+DW: jajko gotowane 2szt 3* Chleb pszenno-żytni 150 g Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 150g 1*	Salatka tabule 250 g	Z: Owocowa z makaronem Pulpety gotowane z sosem pieczeniowym i warzywami 120g Ziemniaki z wody 400g Surówka z buraków z cebulą 150g Syrop owocowy 250 ml BM: kluski śląskie 150g, buraczki z cebulą 150g BM+DW+DC: Zupa wiejska z zieleniną 400 ml	Pita z pastą mięsną, sałatą i piklami 300 g	Paprykarz szczeciński 85g, 9* Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DC+W+T: jajko gotowane na miękko 2 szt. 3* Salata 40g
8	13 ndz	Marmolada 80 g, Chleb pszenno-żytni 150 g, 1* Chleb żytni 100 g Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DW: chleb pszenny 200g 1* Jabłko 1 szt. 150g DC: pasztet drobiowy 65g	Tortellini z pieczarkami, szpinakiem i szynką 300 g	Z: barszcz biały 400 ml 1*,7*,9* Śledź w śmietanie z cebulą dodatkiem jogurtu 200 g, 7* ziemniaki. z wody 400 g, syrop owocowy 250 ml DW+BM+DT: serek wiejski 150g, ziemniaki z wody 400 ml 7*	Ciasto czekoladowe 100 g	Baleron 80g, Chleb pszenno-żytni 150 g, Chleb żytni 100 g, 1* Kanapkowa 25 g, Herbata 250 ml DC+DW+DBM+ DT: dżem 80g Marchew 100g Mleko 250ml
9	14 pon	Płatki owsiane 400 ml Kielbasa piwna 80g				Serek topiony 50g Chleb pszenno-żytni 150 g,

		<i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>1*</i> <i>Chleb żytni 100 g</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>DW+DC+BM+DT: jajko</i> <i>gotowane na miękko 2 szt</i> <i>100 g</i> <i>DW: chleb pszenny 200g</i> <i>1*</i> <i>Herbata 250 ml</i>	<i>Tagiatelle z sosem</i> <i>truskawkowym</i>	<i>Z: Fasolowa z kielbasą i cebulą 400 ml</i> <i>1*,7*,9</i> <i>DW + BM; zupa ziemniaczana 400 ml</i> <i>Makaron z pieczarkami, parówką i</i> <i>warzywami (marchew, seler, pietruszka,</i> <i>natka, cebula) 345g DW: makaron z</i> <i>sosem i parówką 345g BM: makaron z</i> <i>sosem i pieczarkami 345g syrop</i> <i>owocowy 250 ml</i>	<i>Ryba po grecku z</i> <i>warzywami Pieczywo</i>	<i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>1*</i> <i>kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>Ogórek kiszony 100g</i>
10	15 wt	<i>Ryż na mleku 400 ml</i> <i>Kielbasa biała gotowana 1</i> <i>szt.- 100g</i> <i>Musztarda 20 g,</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>1* Kanapkowa 25 g,</i> <i>herbata 250 ml</i> <i>DW: :chleb pszenny 200g</i> <i>1*</i> <i>BM+DW+DC: ser biały</i> <i>100g 7*</i> <i>Jabłko 150g</i>	<i>Makaron zapiekany</i> <i>z kurczakiem,</i> <i>szpinakiem i cukinią</i>	<i>Z: Jarzynowa z zieleniną 400 ml Gulasz</i> <i>wieprzowy duszony z warzywami(mix</i> <i>papryki, cebula, marchew, seler,</i> <i>pietruszką) 120 ml Kasza jęczmienna</i> <i>120g Ogórek kiszony 150g Syrop</i> <i>owocowy 250 ml DBM: gulasz sojowy</i> <i>150g</i>	<i>Koktajl kakaowo –</i> <i>bananowy</i>	<i>Ser salami 60 g,</i> <i>6*</i> <i>Chleb pszenno-żytni 150 g,</i> <i>Chleb żytni 100 g,</i> <i>1*</i> <i>Kanapkowa 25 g,</i> <i>Herbata 250 ml</i> <i>Marchew 100g</i>

LEGENDA ALERGENÓW:

1. Gluten tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, także produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne

5. Orzeszki ziemne(arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne, (łącznie z laktozą)
8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan orzechy brazylijskie, pistacje/ orzechy pistacjowe, orzechy makadamia, a także produkty pochodne
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

Przyprawy używane w ww posiłkach:

pieprz, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, tymianek, zioła prowansalskie, papryka słodka, sól niskosodowana, cukier wanilinowy, majeranek, czosnek granulowany, papryka ostra, curry, cząber, pietruszka suszona nać, mieszanka warzywna, przyprawa w płynie, cukier, lubczyk, ocet.